

بررسی اثر بخشی آموزش معنوی بر خوش بینی دانش آموزان آزار دیده هیجانی

علیرضا هراتی^۱، راهله وطن دوست^۲

^۱ کارشناس ارشد روان شناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور تربت حیدریه

^۲ کارشناس ارشد مهندسی کشاورزی، دانشگاه پیام نور تربت حیدریه

چکیده

مقدمه: آموزش معنویت سبب افزایش تفکر خوش بینانه در دانش آموزان آزار دیده هیجانی می شود و آنها را در برابر خطرات سلامتی روانی محافظت می کند. هدف پژوهش حاضر اثر بخشی آموزش معنوی بر خوش بینی دانش آموزان آزار دیده هیجانی بود. روش: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با دو گروه کنترل و آزمایش بود. جامعه این پژوهش را کلیه دانش آموزان پسر دوره متوسطه اول در مدرسه نمونه شهر رشتخوار در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ را شامل می شد. با توجه به محدود بودن جامعه مورد مطالعه، تمامی دانش آموزان که معیارهای ورود به مطالعه را دارا بودند، بررسی شدند. پس از توزیع و جمع آوری پرسشنامه های (آزاردیدگی هیجانی، جهت گیری زندگی) دانش آموزانی که در هر دو پرسشنامه نمرات پایینی کسب کرده اند به عنوان نمونه انتخاب شدند. نمونه گیری به روش تصادفی انجام شد و پس از آن به صورت تصادفی به دو گروه ۱۵ نفری (کنترل و آزمایش) تقسیم شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه آزرادیدگی هیجانی، پرسشنامه آزمون جهت گیری زندگی شیپر و کارور بود. داده های مورد نیاز تحقیق از ۱۵۰ پرسشنامه (۱۲۰ پرسشنامه کل دانش آموزان و ۳۰ نفر در دو گروه آزمایش و کنترل)، بدست آمد. پس از اجرای پیش آزمون بر گروه آزمایش و کنترل، گروه آزمایش، برنامه آموزشی به مدت ۱۰ جلسه دریافت کردند. پس از اجرای برنامه آموزشی، دو گروه به پرسشنامه آزار دیدگی هیجانی، پرسشنامه آزمون جهت گیری شیپر و کارور پاسخ دادند. برای استنباط نتایج از آزمون های آماری (تحلیل کوواریانس) استفاده شد. یافته ها: نتایج پژوهش حاکی از افزایش نمرات مقیاس جهت گیری زندگی، دانش آموزان آزار دیده هیجانی بود که بیانگر اثربخشی آموزش معنوی در افزایش خوش بینی است. نتیجه گیری: آموزش معنویت بر افزایش خوش بینی دانش آموزان آزرادیدگی هیجانی تأثیر مثبت داشته است.

واژه های کلیدی: آموزش معنوی، خوش بینی، دانش آموزان، آزار دیده هیجانی